

**GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK  
TUNAGRAHITA DI YAYASAN PENDIDIKAN PRIMA SETIA AYAH  
BUNDA SLB C KOTA PAYAKUMBUH**

Mentari Illahi Nelzon, Program Psikologi, Fakultas Psikologi  
Universitas Putra Indonesia YPTK Padang  
Email: [mentariillahi@gmail.com](mailto:mentariillahi@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian ini berfokus pada fenomena *self-compassion* yang muncul pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self-compassion* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB.C Kota Payakumbuh. Rancangan penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dan menggunakan metode persentase kuantitatif berdasarkan angket dan hasil wawancara. Sampel penelitian berjumlah 13 orang ibu yang memiliki anak tunagrahita. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket *self-compassion* dan metode wawancara. Dalam penelitian ini diperoleh *self-compassion* secara umum sebesar 75,6%, dengan kesimpulan lebih dari setengah subjek memiliki aspek *common humanity* yang mendominasi sebesar 78%, *mindfulness* 76%, dan *self-kindness* 73%.

**Kata kunci :** *self-compassion*, dan ibu yang memiliki anak tunagrahita

***Self-Compassion Among Mothers of Children with Intellectual Disabilities at  
Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh***

*Mentari Illahi Nelzon, Psychology Program, Faculty of Psychology  
University Putra Indonesia YPTK Padang  
Email: [mentariillahi@gmail.com](mailto:mentariillahi@gmail.com)*

**ABSTRACT**

*This study focuses on the phenomenon of self-compassion among mothers who have children with intellectual disabilities. The research aims to explore the level of self-compassion in mothers of intellectually disabled children at the Yayasan Pendidikan Prima Setia Ayah Bunda SLB C Kota Payakumbuh. The study employs a descriptive quantitative method, using percentage-based quantitative analysis derived from questionnaires and interviews. The sample consists of 13 mothers of children with intellectual disabilities. The measurement tools used were a self-compassion questionnaire and interview methods. The findings indicate that the overall self-compassion level among participants was 75,6%, with more than half of the subjects exhibiting a dominant aspect of common humanity (78%), followed by mindfulness (76%), and self-kindness (73%).*

*Keywords: self-compassion, mothers of children with intellectual disabilities*